

药房紧急接触后预防人类免疫缺陷病毒 (HIV) 感染的措施

预防 HIV 的 PEP 措施

预防 HIV 的 PEP 措施中的 4 个要点

1. 如果您与 HIV 感染者或 HIV 感染状况不详的人发生性行为或共用针头；
2. 接触发生在过去 72 小时内；
3. 该药房中有接受过培训的药剂师；
4. 您可以开始使用药物来预防感染 HIV。



第 1 点

性行为或共用针头的行为会让您面临感染 HIV 的风险

- 无套肛交。
- 无套阴道性交。
- 共用针头注射药物。

如需估计从不同的行为中感染 HIV 的风险，请访问：
www.cdc.gov/hiv/risk/estimates/riskbehaviors.html

如果您唯一的性伴侣是 HIV 感染者，并且其不可检测的病毒数持续 6 个月或以上，则通过性行为感染 HIV 的风险实际上是零。

第 2 点

如果接触发生在过去 72 小时内；

如果您在：

0-2 小时内开始 PEP	则会达到最佳保护效果
3-36 小时内开始 PEP	则会达到非常好的保护效果
36-72 小时内开始 PEP	随着时间的流逝，其所提供的保护越来越少
72 小时后	则不建议采取 PEP

如果接触已经超过 72 小时，您可以预约卫生保健提供者或社区组织：

- 1. 讨论您的情况；**
- 2. 进行 HIV 检测；**
- 3. 考虑可能对您最有效的预防选择，包括对 HIV 接触前预防 (PrEP)。**



第 3 点

该药房中有接受过培训的药剂师

鉴于必须尽快开始 PEP，药房则是个不错的选择，因为：

- 附近通常有药房，并且营业时间较长；
- 药房有现有的 PEP 药物；
- 药剂师都是接受过培训的爱心人士，他们会以私密方式为您提供帮助；
- 如果您担心保密问题，可以要求私下和药剂师交谈。



第 4 点

开始服用 PEP 药物

尽快服用 PEP 药物并且持续服用 28 天，PEP 则会起到预防 HIV 的作用。

如果您决定在药房开始 PEP，药剂师将在 1-3 天内尽快为您预约卫生保健提供者。

卫生保健提供者将：

1. 评估您接触 HIV 的情况；
2. 为您提供 HIV 检测；
3. 决定给您开一个处方，以便您在 HIV PEP 的完整 28 天周期内可继续用药；
4. 评估您可能接触乙型和丙型肝炎的情况，并根据需要进行处理；
5. 建议您按医嘱服用所有药物。

随访护理

关于您转介随访护理的信息

卫生保健提供者或职业医生姓名

卫生保健提供者的地址

电话号码

预约日期和时间

PrEP

接触前预防 (PrEP)

如果您在以往接触中成功地使用了 PEP，并且您希望自己今后不会感染 HIV，您可以考虑接触前预防 (PrEP)。如果 HIV 检测结果表明您没有感染 HIV，则对您而言，PrEP 是一个预防选择。

要了解更多关于 PrEP 的信息

www.prepforsex.org 或

<http://www1.nyc.gov/site/doh/health/health-topics/prep-pep.page>

我可以在哪里获得 PrEP?

咨询您的卫生保健提供者或：

访问纽约市性健康诊所的网站（针对纽约州居民）：

<https://a816-healthpsi.nyc.gov/NYCSiteLocator>

查看纽约市和整个州内提供的纽约州 PrEP 提供者名录：<https://www.health.ny.gov/diseases/aids/general/prep>

HIV

什么是 HIV?

HIV（人类免疫缺陷病毒）是一种会引起获得性免疫缺乏综合征 (AIDS) 的病毒。HIV 会攻击人体的防御系统，即免疫系统。HIV 感染者可能在10年或更长时间内不会出现任何症状。他们甚至可能不知道自己感染了病毒。但是，如果未接受治疗，大多数 HIV 感染者就无法抵抗病菌和其他病毒，因此他们可能会病得很重。HIV 检测是查出一个人是否感染 HIV 的唯一途径。HIV 的治疗非常有效，副作用很少或几乎没有副作用，治疗可能为每天只服用一粒药丸。了解您的 HIV 感染状况很重要。

HIV 无法传播的途径有哪些?

HIV 不是通过接近 HIV 感染者而传播的。HIV 不会通过蚊子叮咬、打喷嚏、接触感染者的唾液或汗水或者握手而传染给他人。HIV不会通过接吻传播，除非有出血或牙龈肿痛情况，但这只会轻微增加风险。与 HIV 感染者的一般接触绝对不会传播病毒。这意味着，如果您和他人共用餐具、饮用杯、马桶座、游泳池、热水浴缸或饮水器，您永远不会从他人处感染 HIV。

HIV 传播

可以传播 HIV 的体液为血液、精液和阴道分泌物。当 HIV 感染者的血液、精液或阴道分泌物进入另一个人的血液中时，HIV 则会传播。这些体液出现在性行为过程中。传播的风险取决于性行为的类型。

会降低风险的情况： 如果您的伴侣是 HIV 感染者，并且其不可检测的病毒数持续 6 个月或以上，则通过性行为传播 HIV 的风险可忽略不计。

会增加风险的情况： 出现血液
任何一方患有性传播疾病 (STD)

性行为： 口交
描述： 一个人用口碰触伴侣的生殖器
风险等级： 没有传播 HIV 的风险或低风险

性行为： 阴道性交
描述： 男性将阴茎插入女性的阴道
风险等级： 传播 HIV 的中等风险

性行为： 肛交
描述： 男性将阴茎插入另一个男性或女性的肛门内
风险等级： 传播 HIV 的高风险

HIV 传播

母婴传播:

- HIV 也可以在怀孕、分娩或哺乳期间从母体传播给其婴儿；
- HIV 治疗大大降低了女性将 HIV 传播给其婴儿的几率；
- 如果您怀孕或可能怀孕，在怀孕期间尽早进行 HIV 检测极为重要；
- 怀孕期间也可以服用 PEP 药物；
- 如果您是 HIV 感染者，您可以通过服药治疗 HIV，从而防止将病毒传染给婴儿。您在怀孕期间和分娩时均可服用该药。您的宝宝会在刚出生的最初几周接受药物治疗。

避免通过性行为感染 HIV

如果您唯一的性伴侣是 HIV 感染者，并且其不可检测的病毒数持续 6 个月或以上，则通过性行为感染 HIV 的风险实际上为零。

如果您不知道性伴侣的 HIV 感染状况，您可以通过以下方式保护自己免受 HIV 感染：

- 避免阴道性交或肛交。
- 实行双方一夫一妻制，即双方都接受 HIV 检测且结果均为阴性，并且不与其他任何人发生性关系。

以下是一些人为避免感染 HIV 而做出的其他选择。这些方法提供了非常高的保护程度：

- **避孕套：**每次发生性行为时，始终正确使用男用或女用避孕套可以预防 HIV 和其他性传播感染。
- **接触前预防 (PrEP)：**非 HIV 感染者每天服用一次预防 HIV 的药物。经证明，如果持续服用，PrEP 可以将通过性行为感染 HIV 的风险降低 92-99%。在使用避孕套的同时使用 PrEP 可以预防 HIV 和其他性传播感染。

避免通过性行为感染 HIV

- **口交:** 只进行口交（给予或接受）被认为是感染 HIV 的极低风险活动。

有一些重要的方法可以降低感染 HIV 的风险。这些方法被认为是减少伤害的策略，因为如果伴侣为 HIV 感染者并且没有接受病毒抑制，仍然有感染 HIV 的风险。

- **使用润滑剂:** 额外的润滑，如 KY 润滑剂，可以减少阴茎、直肠或阴道的皮肤或粘膜的伤口和撕裂。这降低了出现血液的几率，同时降低了 HIV 进入人体的能力。
- **经常进行 STD 筛查和治疗:** 性传播感染引起的疼痛或炎症可能会让 HIV 进入未感染 HIV 者的体内，但通常情况下，未受损的皮肤会阻挡 HIV 的进入。对于 HIV 感染者而言，患有性传播感染会增加将 HIV 传播给他人的几率。

免费提供避孕套

纽约州避孕套获取计划: 纽约州卫生局 (NYSDOH) 向有资格向公众提供避孕套的组织提供免费避孕套。

如需了解附近组织的有关信息, 请访问:

www.health.ny.gov/diseases/aids/consumers/condoms/nyscondom.htm

或发送电子邮件至: **nyscondom@health.ny.gov**。

致电或实地到访该组织, 了解如何获得避孕套以及每次提供多少。

纽约市: 纽约市避孕套: 免费的男用避孕套、女用避孕套和润滑液。如需了解更多信息, 请致电 311 或访问

www1.nyc.gov/site/doh/health/health-topics/condom.page

校内避孕套获取: 学区可能会向学生提供避孕套, 作为学区 HIV/AIDS 教学计划的一部分。纽约州教育局 (NYSED) 已制定一项用于确立避孕套使用计划 (CAP)

的流程和评价量规: **www.p12.nysed.gov/sss/documents/NYSED-CAP-update.4.25.14.pdf**, 填妥后转交 NYSED 审批。经批准, 学区可以向纽约州避孕套计划申请避孕套: **www.health.ny.gov/diseases/aids/consumers/condoms/nyscondom.htm**。

免费提供避孕套

避孕套还将通过以下方式分发：

全州热线：800-541-2437 或

HIV 咨询热线：800-872-2777.

目前，其政策是每次通话最多只能获取 10 个避孕套。申请人必须年满 18 岁，并且提供纽约州的住址。由于避孕套的需求和可供数量限制，此政策可能会变化。

Medicaid 也将报销避孕套费用。经您要求，您的卫生保健提供者可以开避孕套的处方。

您也可以在杂货店、药店和网上购买避孕套。

您也可以在杂货店、药店和网上购买避孕套。

药物滥用传播

在注射毒品的过程中共用针头和器具是 HIV 在人与人之间传播的高风险行为。因为注射过程中使用的针头、注射器、炊具或水中可能有血液，所以当人们共用这些物品时，很容易传播 HIV。

避免感染 HIV

吸毒者应经常使用新的针头、注射器、器具，避免共用。建议毒品注射群体每次使用一个新的无菌注射器，以预防 HIV。

在纽约州，可通过三种方式获得新的干净针头和注射器：

- 1. 药店:** 在纽约州，注射器使用扩展计划 (ESAP) 允许注册药房向年满 18 岁及以上的成年人一次出售最多 10 支注射器，无需处方。如需查找 ESAP 药店，以及关于 HIV/AIDS 和安全注射器和针头处理问题的答案，请致电纽约州 HIV/AIDS 热线 1-800-541-AIDS（英语）或 1-800-233-7432（西班牙语）。

您也可以在杂货店、药店和网上购买避孕套。

如需查找参与 ESAP 计划的药房，请访问。

www.health.ny.gov/diseases/aids/consumers/prevention/needles_syringes/esap/provdirect.htm

2. 注射器交换计划 (SEP)，也称为针头交换计划：

SEP 是吸毒者可以获得广泛服务之处，包括用旧注射器换取新的干净注射器。SEP 位于纽约州的许多地区。

如需查找您所在地区的 SEP，请访问：

www.health.ny.gov/diseases/aids/providers/prevention/harm_reduction/needles_syringes/

致电纽约州 HIV/AIDS 热线 1-800-541-AIDS
(英语) 或 1-800-233-7432 (西班牙语)。

3. 从医生处：根据 ESAP，医疗机构以及医生和其他卫生保健提供者可以开注射器处方，并在没有处方的情况下提供注射器。向医生咨询如何获得干净的针头和注射器。

如果不能获得新器具，吸毒者可以通过在使用前后立即使用漂白剂清洁针头和器具降低 HIV 传播的风险。

漂白剂和水清洗针头和注射器的说明

如果您无法获得新的注射器，仔细清洗可能会降低您感染 HIV 和其他血液传染病的风险。

1. 用清水注满注射器，然后冲洗针头，清除所有血液。喷出水。
2. 用强力漂白剂注满注射器并摇动；30 秒后，通过针头喷射出来。
3. 用清水注满注射器，然后冲洗针头，以清除漂白剂。喷出水。

记住在步骤 1-3 中均使用新的清水和单独的水容器。

请勿用热水清洗，因为热水会导致血液凝结，使其很难清洗。

了解早期 HIV 感染的体征

了解 HIV 感染的早期体征和症状会有所帮助。这些症状会在感染 HIV 二至四周后开始出现。症状可以持续几天或几周。许多感染 HIV 的人都有这些症状，但不是每个人都有。

应注意的症状是：喉咙痛、腺体肿胀、发烧、皮疹、关节和肌肉疼痛、腹泻、疲倦感、扁桃体炎或口腔溃疡。

以下是如何区分流感和早期 HIV 感染的区别：

- 流感包括咳嗽、打喷嚏和鼻塞，而早期 HIV 感染没有这些症状。
- 早期 HIV 感染包括皮疹和口腔溃疡，而流感通常不会出现这些症状。

如果您认为您正在经历早期 HIV 感染的体征和症状，请尽快去卫生保健提供者处就医。

了解更多有关 HIV 信息的资源

纽约州卫生局

www.health.ny.gov/diseases/aids/consumers/hiv_basics/index.htm

纽约市卫生局

www1.nyc.gov/site/doh/health/health-topics/aids-hiv.page

美国疾病控制与预防中心

www.cdc.gov/hiv/basics/index.html

